ಹಾಸ್ಯದ ವಿಕಾಸ

ಪೀಠಿಕೆ: *ನಗುವುದು ಮನುಷ್ಯರಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ. ಬೃಹತ್ ವಾನರಗಳು(ಗೊರಿಲ್ಲಾ, ಚಿಂಪಾಂಜಿ) ಸಹ ನಗುತ್ತವೆ. ನಗೆಯು ಒಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿರಬಹುದು. ನಗೆಯು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಎಂಡಾರ್ಫಿನ್ ರಸದೂತಗಳ ಸ್ರಾವವನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನೋವನ್ನು ಸಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಂತೋಷದ ಭಾವವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ರೋಗ ಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಆಯಸ್ಸನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.*

ನಾವು ಬಹಳ ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ನಗಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ನಗುತ್ತೇವೆ. ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿರುವ ಜೀವಿಗಳ ಪೈಕಿ ನಗುವುದು ನಾವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಎಂಬ ವಿಷಯ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯೆ? ಬೃಹತ್ ವಾನರಗಳು (ಗೊರಿಲ್ಲ, ಒರಾಂಗುಟಾನ್, ಚಿಂಪಾಂಜಿ ಮತ್ತು ಬೊನೊಬೊಗಳು) ಸಹ ನಗುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳ ನಗೆ ನಮ್ಮ ನಗೆಗಿಂತ ಬಹಳ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ (ಚಿಂಪಾಂಜಿಗಳ ನಗೆ ಏದುಸಿರಿನಂತೆ ಕೇಳಿಸುತ್ತದೆ!).

ನಗೆಯು ಒಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿರಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ದೊಡ್ಡ ಕೋತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಗೆಯು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವುದು ಮರಿಕೋತಿಗಳು ಆಡುವಾಗ ಅಥವಾ ಕಚಗುಳಿ ಇಟ್ಟಾಗ. ನಗೆಯು ಮರಿಕೋತಿಯ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅವುಗಳ ಸಹ ಆಟಗಾರ ಕೋತಿಗಳಿಗೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಬಂಧವನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವರು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾದ ಎಲ್ಲ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನದಲ್ಲಿಯೂ ನಗುತ್ತಾರೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಮಾನವರು ಒಬ್ಬರೇ ಇರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗಿಂತ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ 30 ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ನಗುತ್ತಾರೆಂದು ಗಮನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇವಲ ನಗೆಯ ಸದ್ದು ಸಹ ನಾವು ಮುಗುಳ್ನಗುವಂತೆ (ಅಥವಾ ನಗುವಂತೆ) ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವೂ ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು; ಏಕೆ ನಗೆ ಉಕ್ಕಿತು ಎಂಬ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ಅವಶ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಬೃಹತ್ ವಾನರಗಳ ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯರ ಕುಲಕ್ಕೆ ಒಂದೇ ಮೂಲ ಪೂರ್ವಜ ಪ್ರಾಣಿಯಿದ್ದು, ಅದು ಕನಿಷ್ಠ 10–16 ಮಿಲಿಯನ್ ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ಹಿಂದೆ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿತ್ತೆಂದೂ, ಅದರಿಂದಲೇ ನರವಾನರಗಳಿಗೆ ಇಂತಹ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಗುಣವಾದ ನಗುವು ಪಾರಂಪರಿಕವಾಗಿ ಬಂದಿದೆಯೆಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅಂಶವು ನಮ್ಮಲ್ಲೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತದೆ – ಈ ಗುಣವು ಬದುಕುಳಿಯಲಿಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಅನುಕೂಲವನ್ನು ಒದಗಿಸಬಲ್ಲದೆ? ನಗೆಯು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಎಂಡಾರ್ಫಿನ್ ಸ್ರಾವವನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಈಗ ತಿಳಿದಿದೆ. ಎಂಡಾರ್ಫಿನ್ ಎನ್ನುವುದು ಮೆದುಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪನ್ನವಾಗುವ ರಸದೂತಗಳ ಒಂದು ಸಮೂಹವಾಗಿದ್ದು ಇದು ನೋವನ್ನು ಸಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ಭಾವವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಗೆಯು ಆತಂಕವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಲ್ಲದು, ರೋಗಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಬಲ್ಲದು ಮತ್ತು ಆಯಸ್ಸನ್ನು ಸಹ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಲ್ಲದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ನಗೆಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ ಅದರ ಪ್ರಭಾವ ನಿಶ್ಚಿತ. ಜನರು

ಗುಂಪಾಗಿ ಸೇರಿ ನಕ್ಕಾಗ, ಹಾಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡ ನಗೆಯು ಸಾಮಾಜಿಕ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಅದನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು, ಸಂರಕ್ಷಿಸಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿನ ಯಾವುದೇ ವಾನರ ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಗುಂಪುಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮೊದಮೊದಲ ಮಾನವ ಸಮಾಜಗಳು ವಿಸ್ತರಿಸಲು ನಗೆಯ ಸಮಾಜಪರ ಪರಿಣಾಮವೇ ಪೂರಕವಾಗಿರಬಹುದೆಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಹೇಗೆ? ಮಾನವೇತರ ವಾನರ ವರ್ಗದ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಒಂದರೊಡನೆ ಮತ್ತೊಂದು ಪರಸ್ಪರ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ (ತರಬೇತಿ ನೀಡುವುದು) ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಸಾಮಾಜಿಕ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆ ಒಂದೊಂದೂ ಮತ್ತೊಂದರೊಡನೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಇಂತಹ ಆತ್ಮೀಯ ಗುಂಪುಗಳು ಹಾಗೂ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸಮುದಾಯಗಳು ತಾವು ಚಿಕ್ಕ ಗುಂಪುಗಳಾಗಿಯೇ ಉಳಿದುಬಿಡುತ್ತವೆ. ನಗೆಯು ಮಾನವರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಾರದೆಯೇ ಹಲವಾರು ಜನರು ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಸ್ಪಂದಿಸಲು, ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸಲು ನೆರವಾದಂತಹ ಅತಿ ಪ್ರಾಚೀನ ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿತ್ತು ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸಾಮಾಜಿಕ ಬಂಧಗಳು ಆತ್ಮೀಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಗುಂಪುಗಳ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿರಬಹುದು ಹಾಗೂ ಮಾನವೇತರ ವಾನರ ವರ್ಗದ ಗುಂಪುಗಳಿಗಿಂತ ದೊಡ್ಡದಾದ ಸಮುದಾಯಗಳ ಉಗಮಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು. ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಂತಹ ನಂತರದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ಮಾನವ ಸಮಾಜಗಳು ಮತ್ತಷ್ಟು ವಿಕಾಸ ಹೊಂದಲು ಪೂರಕವಾಗಿರಬಹುದು.

ಕೇವಲ ವಿನೋದದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ (ಅಥವಾ ಮಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡಂತೆ ಸಂತೋಷದ ಸೂಚಕವಾಗಿ) ಸ್ಫುರಿಸಿದ ನಗೆಯು ಇಂದಿನ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಬಲ್ಲ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ವಿಕಸನಗೊಂಡಿದೆ. ಮಾನವ ವಿಕಾಸದಲ್ಲಿ ನಗೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನಾವು ಇನ್ನೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಿಲ್ಲವೆನಿಸಿದರೂ, ನಗೆಯು ನಮ್ಮ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜೀವನದ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಅವಶ್ಯವಾದ ಅಂಶವೂ ಆಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಡನೆ ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ (ಆನ್‌ಲೈನ್) ಮತ್ತು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಕ್ಕುಬಿಡಿ.

ಮುಖ್ಯಪದಗಳು

ಬೃಹತ್ ವಾನರಗಳು ನಗುತ್ತವೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಬಂಧ, ಎಂಡಾರ್ಫಿನ್, ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಗುಣ, ರೋಗಪ್ರತಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವುದು, ಆಯಸ್ಸನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು, ಸಾಮಾಜಿಕ ಬಂಧ, ಸಮಾಜಪರ ಪರಿಣಾಮ, ಮಾನವ ವಿಕಾಸದಲ್ಲಿ ನಗೆ.

ಕೃಪೆ: ಪಿಕ್‌ಪಿಕ್ (ರಾಯಧನ–ರಹಿತ ಚಿತ್ರ)ದಿಂದ ಹೆಕ್ಕಲಾಗಿದೆ.

URL: https://www.pickpik.com/school-children-happy-smile-joy-smiling-75188
License: CC0

ವಿಜೇತಾ ರಘುರಾಮ್ ರವರು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಇಂಡಿಯಾಬಯೋಸೈನ್ಸ್ ಎಂಬ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೋಗ್ರಾಂ ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಆಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಿಸರ್ಗದ ನಿಗೂಢತೆಗಳಿಗೆ ಆಕರ್ಷಿತರಾದ ಅವರು ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವುದೇ ತಮ್ಮ ಪ್ರಮುಖ ಧ್ಯೇಯವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆಕೆಯನ್ನು ಈ ಕೊಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು: vijeta@indiabioscience.org